

Name: \_\_\_\_\_

## Prophylaktische Massnahmen durchführen – Teil 2

→ Ergonomische Grundlagen, Kontrakturprophylaxe

### Zur Vorbereitung auf den ÜK:

Lesen Sie im Lehrmittel

- BAND 2: **Handlungskompetenz B.2**
  - **Seiten 90 - 103 Punkt 2.3** Anatomie / Physiologie Bewegungsapparat
  - **Seiten 104 – 105 Punkt 2.4.1** Beobachtungskriterien bei der Mobilität & Physiologische Bewegung
  - **Seite 120 Punkt 2.5.6** Kontrakturen

➤ Die Seitenangaben beziehen sich auf die Lehrmittelaufgabe 2020

→ **Es wird vorausgesetzt, dass Sie auf diese Weise vorbereitet in den ÜK kommen und das Lernzielblatt mit in den Unterricht bringen.**

### Ziele des ÜK

#### Ergonomische Grundlagen

Die Lernenden kennen die Grundlagen der Ergonomie beziehen diese in der Arbeitsplatzgestaltung, Ausführung von Pflegehandlungen und der Wahl der Arbeitsmittel mit ein

#### Kontrakturprophylaxe:

Die Lernenden kennen anatomischen Strukturen des Bewegungsapparates die bei einer Kontraktur betroffen sind und unterscheiden zwischen Beuge- und Streckkontrakturen

Die Lernenden erkennen die Risiken, welche zu einer Kontraktur führen oder eine bereits bestehende Kontraktur verstärken

Die Lernenden führen Massnahmen zur Kontrakturprophylaxe durch

### Inhalte

#### Ergonomie

- Grundlagen
- Überlegungen zur Gestaltung des Arbeitsplatzes und sinnvoller Einsatz von Hilfsmitteln

#### Kontrakturprophylaxe

- Definition
- Welche Anatomischen Strukturen sind betroffen
- Risikofaktoren
- Unterscheidung Beuge- und Streckmuskulatur und in der Folge Unterschied zwischen Beuge- und Streckkontraktur
- Bewegungsrichtungen der verschiedenen Gelenke (mit den korrekten Fachausdrücken)

### Selbsteinschätzung

Gefordertes Wissen und Können vorhanden ?  
vollständig  teilweise  noch nicht

Das habe ich verstanden  
 vollständig  
 teilweise – was ja und was noch nicht?  
 noch nicht

Das habe ich verstanden  
 vollständig  
 teilweise – was ja und was noch nicht?  
 noch nicht

<p><b>Transfer Praxis</b></p> <p>Der / die Lernende</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ übt Positionierungen im Bett bei Beuge- sowie Streckkontrakturen (→ Ergonomisches Arbeiten wird miteinbezogen)</li></ul> <p>versteht, dass sich die Positionierung auf das Pflegeziel, nach dem Pflegeschwerpunkt richtet (z.B. nach Kontraktur- oder Dekubitusprophylaxe)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ übt passive Bewegungstechniken (Passives Durchbewegen der Gelenke) (→ Ergonomisches Arbeiten wird miteinbezogen)</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Kennt aktive Übungen zur Kontrakturprophylaxe, die in die Körperpflege und Tagesstruktur der Betroffenen integriert werden können.</li></ul>	<p><b>Selbsteinschätzung:</b></p> <p><b>Die praktischen Handlungen habe ich verstanden und traue mir zu, sie auch im Betrieb korrekt durchzuführen</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> vollständig</li><li><input type="checkbox"/> teilweise – was ja und was noch nicht?</li><li><input type="checkbox"/> noch nicht</li></ul> <p><b>Das möchte ich im Betrieb gezielt nochmals anschauen und üben:</b></p>
--	--

**Notizen:**